

Королева С. А.

Московский городской психолого-педагогический университет

**МЕТОДИКА «АВТОРСКАЯ КИНОАНИМАЦИЯ» В
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ С ГРУППАМИ
СТАРШЕКЛАСНИКОВ И СТУДЕНТОВ**

«Авторская киноанимация» (далее АКА) (от лат. *kino* – движение, *anima* – душа) предлагает клиенту стать автором собственного автобиографического фильма, в котором «движения души» автора становятся основным содержанием картины, а киноязык – основным средством выражения. Методика АКА интегрирует несколько подходов гуманистического направления в практической психологии и арт-терапии. В ней могут быть представлены элементы психодрамы и «плейбэка», фототерапии, танцевально-двигательной терапии, музыкотерапии, нарративной психотерапии, интермодальной терапии выразительными искусствами. Преимущества АКА перед другими вариантами арт-терапии определяют ее обращение к высокотехнологичным и наиболее привлекательным для современной молодежи формам самопрезентации, полимодальностью художественных средств, которые для этого используются, многомерностью диалогических отношений, в которые целенаправленно включается клиент в процессе создания фильма [3].

Методика была апробирована в трех психотерапевтических группах. Работа каждой группы включала три основных этапа.

Первый (подготовительный) этап – настройка на себя, овладение основными навыками режиссерской работы. Подготовительный этап способствует снятию внутренних барьеров, которые мешают творческому самовыражению и спонтанности. На этом этапе используется множество арт-терапевтических, интермодальных техник, благодаря которым участники овладевают элементарными навыками кинорежиссуры: учатся составлять сценарий, работать с актерами, снимать и монтировать видео, передавать определенное послание в сцене.

Второй этап – создание собственного автобиографического фильма. Жанровые характеристики такого фильма могут быть очень разнообразны. Важно, чтобы его содержание передавало значимый для автора смысл.

В работе с фильмом каждый участник группы совместно с психотерапевтом последовательно решает несколько задач, наполненных психотерапевтическим смыслом.

Формулировка замысла и поиск образов в первую очередь обращается к «бессознательной» части личности, помогает проявиться внутреннему содержанию через образы и ассоциации.

Создание литературного и режиссерского сценария заставляют клиента дистанцироваться от «переживания» и начать анализировать и структурировать опыт, превращая его в текст. На этом этапе происходит и осмысление, и переработка смысла своего переживания. Съемка и монтаж способствуют еще большему отстранению от личностного содержания, не всегда приятного, и превращению своего переживания в эстетический образ.

Третий (заключительный) этап работы группы - просмотр и обсуждение готового продукта. На этом этапе автор превращается в зрителя и смотрит на своё творчество как сторонний наблюдатель. В этот же момент его работа демонстрируется впервые всем участникам группы. После просмотра происходит обсуждение, представление автором своего проекта, получение «обратной связи» и, как следствие, принятие своего авторства, интеграция нового, переработанного и переосмысленного опыта. Благодаря зрителям, увидевшим впервые работу, автор начинает по-другому смотреть на свой фильм, замечает некоторые скрытые смыслы, которые неявно были вложены им в картину. Таким образом, на последнем этапе режиссер и автор фильма получает некоторый новый смысл, который транслируется ему его же картиной.

Анализ опыта психотерапевтической работы с использованием методики АКА показывает, что трудоемкий процесс работы над фильмом вовлекает участников группы в «целительный» диалог. Можно выделить три измерения такого диалога, интеграция которых способствует развитию многогранного диалогического сознания, помогает формированию у клиента (автора фильма) разных позиций и взглядов на свою жизнь, оказывает содействие продуктивному переживанию трудных жизненных ситуаций и, следовательно, обладает достаточным психотерапевтическим потенциалом:

1. Диалог с самим собой (что я хочу показать зрителю? Как я хочу, чтоб меня поняли?). Первый диалог, который ведётся на протяжении всей работы, способствует самопознанию через глубокое погружение во внутреннее содержание проблемы. Такой диалог помогает сформировать позицию Внутреннего Зрителя, умение дистанцироваться от переживания для того, чтобы создать произведение для другого и быть понятым.

2. Диалог с «ассистентом режиссера» (помощником воплощению внутреннего содержания). (Какое эмоционально насыщенное событие или переживание хочется отразить? Какова последовательность кадров и их сочетание в моем автобиографическом фильме?) Второй диалог способствует самораскрытию через представление своего внутреннего содержания Другому, поиск «означающего», подбор формулировок. В этом

диалоге формируется позиция Режиссера (авторская позиция по отношению к собственной жизни), который знает, чего хочет, может менять и создавать «реальность» и оценивать результат своих действий.

3. Диалог со зрителями. (Правильно ли меня поняли? Какие чувства вызывает мое произведение?) Третий диалог связан с презентацией фильма и получением обратной связи от зрителей. Этот диалог способствует обогащению смысловой структуры сознания автора, благодаря «встрече» со смысловым миром других людей. В результате такого диалога удастся эстетически пережить и «присвоить» то эмоционально значимое содержание, которое «упаковано» в законченный творческий продукт.

Анализ полученных результатов в системе понятий психологии переживания Ф.Е. Василюка [1; 2] позволяет сделать следующие выводы. Работа переживания, благодаря которой достигается психотерапевтические эффекты, является культурно-опосредствованной. От полноценности и развитости культурных средств переживания и от организации общения со значимыми другими зависит продуктивность переживания. Работа переживания разворачивается на четырех уровнях системы сознания (это уровни рефлексии, сознавания, непосредственного переживания и бессознательного), от гармоничного соучастия которых во многом зависит успех переживания.

Такое культурное средство, как создание авторского фильма в соавторстве с психотерапевтом, дает возможность полного вовлечения всех уровней работы переживания: создавая сценарий фильма, клиент должен становиться в авторскую позицию, активирующую уровень сознавания, при обсуждении фильма включаются процессы рефлексии, сама фактура съемок может запустить процессы переживания по бессознательным каналам и т.д. «Авторская киноанимация» может служить средством для профилактики кризисов подросткового и юношеского возрастов, и инструментом для преодоления трудностей в самоопределении, общении, социализации.

Литература

1. Василюк, Ф. Е. Структура и специфика теории понимающей психотерапии / Ф. Е. Василюк // Московск. психотерап. журнал. – 2008. – № 1.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. — М., 1984.
3. Королева, С. А. Арткинотерапия как метод работы со взрослыми, подростками и семьей / С. А. Королева // Семейная психология и семейная терапия. – 2012. – № 2.